Занятие «О гигиене и зубах»

**Цель:**

продолжать формировать бережное отношение к своему организму.

**Задачи:**

* формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятнос­ти в повседневной жизни.
* закреплять знания и умения о правильном использовании предметов гигиены,

их назначение.

* развивать речь детей, воображение, фантазию, внимание, сообразительность;
* воспитывать желание заботиться о своих зубах.
* воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью.

**Предварительная работа:**

* беседы: «Что такое здоровье?», «Что надо делать, чтобы не заболеть?»,

«Полезно - вредно»;

* дидактическая игра: «Чем я с другом поделюсь»;
* чтение сказок: К. Чуковский «Мойдодыр»,  «Доктор Айболит»

**Методы, приемы:** игровой, наглядный, практический, словесный

игры со словами, д/и «Отгадай загадку», «Предметы личной гигиены», «Мешочек гигиены»;

**Оборудование: наглядный материал, карточки, мешочек «гигиены» с принадлежностями, дидактические игры**

**Ход занятия:**

**Я:** *Здравствуйте, ребята.*

*Скажите, вы сегодня умывались?* (Да.) *А зубы утром чистили?* (Да).

*Значит вы умеете правильно ухаживать за собой*.

**Я:** *А вот мы сейчас проверим. Скажите, для чего надо мыть руки и умываться?*

**Я:** *правильно. Ведь у нас на теле скапливается очень много вредных микробов, которых мы не видим. Поэтому надо мыться, ухаживать за собой, даже, если ты не очень грязный.*

**Я:** *Это волшебный мешочек Феи Здоровья.*

***В этом мешочке наши друзья!***

***Свой день начинать без них нам нельзя.***

***Они всегда нам рады служить.***

***Но их никому нельзя одолжить.***

***Иметь должен каждый индивидуально.***

***Иначе здоровье сберечь нереально****.*

Ребята, вы **должны на ощупь выбрать и вытащить из мешочка один предмет, назвать его и рассказать для чего он нужен, чем полезен для здоровья?**

**Я:** *Для чего нужна* ***расческа?******полотенце? зубная паста?*** ***зубная щетка?*** ***мыло?*** ***зеркало?******носовой платок?*** ***мочалка?*** **(**ответы детей)

***А сейчас мы сыграем в игру*****«Чем я с другом поделюсь»** (в кругу с мячом)

Мы с тобою друзья – очень дружим ты и я.

Обидеть я тебя боюсь – чем я с другом поделюсь?

Апельсином поделюсь? … Д: да

А расческой поделюсь? … Д: нет

А конфетой поделюсь? Д: да

Зубной щеткой поделюсь? … Д: нет

А машинкой поделюсь? Д: да

Носовым платком поделюсь? … Д: нет.

Книгу почитаем вместе? … Д: да

Полотенцем поделюсь? … Д: нет

**Я: А вы загадки любите отгадывать?**(загадки на тему здоровья)

Вафельное, полосатое,  
Гладкое, лохматое,  
Всегда под рукою,  
Что это такое? (Полотенце)

Хожу-брожу не по лесам,  
А по усам и волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей. (Расчёска)

Резинка Акулинка

Пошла гулять по спинке

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала *(мочалка)*

Лёг в карман и караулю –

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос.

*(Носовой платок)*

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю. (*Мочалка)*

Вытираю я, стараюсь

После бани паренька.

Всё намокло, всё измялось –

Нет сухого уголка. *(Полотенце)*

Мыльной пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.  
Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я (мыло)

И сияет и блестит

Никому оно не льстит

А любому правду скажет

Всё как есть ему покажет. (Зеркало)

Есть у каждого в квартире,

И побольше, и пошире.

После ванны, после душа,

Вас обнимет и просушит. (Полотенце)

Целых 25 зубков

для кудрей и хохолков

и под каждым из зубков

лягут волосы рядком (расчёска)

Кто нам самый лучший друг,

смоет грязь с лица и рук  *(вода)*

Кто считает зубы нам

По утрам и вечерам. *(Зубная щётка)*

**Игра «Полезно или нет?»**

А вы знаете, что полезно для здоровья?

Я буду называть разные действия, если оно полезно для здоровья,

то **хлопайте в ладоши**,

если во вред здоровью, **то топайте**.

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.
2. Мыть руки с мылом перед едой, после прогулки и посещения туалета.
3. Гулять на свежем воздухе.
4. Есть немытые фрукты и овощи
5. Делать по утрам зарядку.
6. Кушать овощи и фрукты.
7. Тереть глаза грязными руками
8. Умываться по утрам
9. Чистить зубы 2 раза в сутки
10. Раскалывать зубами орехи.
11. Есть овощи и фрукты.
12. Пить теплое молоко.
13. Открывать зубами крышки бутылок.
14. Посещать стоматолога два раза в год.
15. Пользоваться специальными детскими зубными пастами.
16. Не расчёсывать волосы
17. Есть много конфет
18. Закаляться.Заниматься спортом.
19. Есть грязными руками
20. Есть овсяную кашу.
21. Полоскать рот после еды
22. Ковырять вилкой в зубах.
23. Есть молочные продукты.
24. Менять зубную щетку 2-3 раза в год.
25. Лечить зубы у стоматолога

**У нас у всех есть зубы.**

**А как вы думаете, для чего нам нужны зубы?**

(Кусать и пережёвывать пищу; правильно произносить звуки, чтобы наша речь была понятна окружающим; для красивой улыбки.)

**Сколько у нас во рту зубов?** *(Много.)*

**Правильно, много**. Покажите свои зубы. Они все разные и все очень важны для нас.

**Передние зубы** – это резцы и клыки, они нам нужны, **чтобы откусывать**. У них один корень, которым зуб держится во рту и не выпадает.

**Вот эти - задние, или боковые зубы** – называются **коренными.** Ими мы пищу пережёвываем, и тогда пища легко попадает нам в желудок и там переваривается.

**У каждого коренного зуба** несколько корней – два или даже три.

Все **зубы** состоят из особой костной ткани, поэтому они твердые и прочные. Сверху зуб покрыт тонким слоем специальной защитной эмали, она защищает зубы от разрушения и попадания внутрь зуба **микробов** – маленьких вредителей, из-за которых зубы могут заболеть. После еды или питья между зубами остаются частички пищи и напитков, в которых микробы прекрасно себя чувствуют. Они питаются остатками пищи и выделяют вредные вещества, которые могут повредить зубную эмаль. Тогда **зубы начинают болеть**, и это очень неприятно. Гораздо приятнее утром и вечером чистить **зубы**  ароматной зубной пастой, а после еды – полоскать рот чистой водой.

**Вот две картинки. Что на них изображено? Зубы. Вот на этой картинке зуб белый, веселый. А здесь грустный. Что произошло с этим зубом?**

Белый зуб чистят, кормят полезной пищей, а за темным не ухаживают,

не чистят, кормят пищей, которая разрушает зубы.

Как вы думаете, какая пища разрушает зубы?

**Д\ и «Что любят и не любят зубы»**

Посмотрите на эти карточки и положите вокруг здорового зуба то,

что **зубы любят**, а вокруг грустного зуба то, что зубам не очень нравится.

**Доскажи ответ**

В кране нам журчит водица:  
«Мойте чище ваши…»

**(Лица)**

**Превратятся скоро в когти  
Не подстриженные …**

**(Ногти)**

Ей спины моей не жалко –  
С мылом трет меня …

**(Мочалка**)

**Объявили бой бациллам:  
Моем руки чисто с....**

**(Мылом)**

Чтобы не было беды  
Жить нельзя нам без …

**(Воды**)

**В бане целый час потела –  
Лёгким, чистым стало…**

**(Тело)**

Если в глазки попаду,

то немножко пощиплю

но как только пену смыло,

перестало щипать…

**(мыло)**

**Игра *«Да или нет»***

- После еды нужно обязательно прополоскать зубы кефиром.

- Если зуб заболел, нужно пойти к врачу.

- Когда не получается что-то открыть, можно помочь себе зубами.

- Зубы нужно чистить 2 раза в день.

- Если зубная паста пахнет клубникой, значит, ее можно съесть.

- Если у тебя выпал *«молочный»* зуб, на его месте вырастет новый.

- Если у тебя разболелись зубы, нужно съесть конфетку, и все

пройдет.

**Итог:** Молодцы ребята, все справились с заданиями. Теперь вы знаете, что вредно для зубов, а что полезно

**Рефлексия. Обратная связь:**

А что вам понравилось.